NUCLEUS PULIHAN

(Dalam konteks BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis dan opioid)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Sesi Kreatif

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), penting untuk diingat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Setiap bulan sekali. 120 menit. Kerajinan tanah liat adalah hasil karya bersama kelas.

Filosofi Sesi Kreatif

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), sesi kreatif memiliki filosofi yang mendalam. Meskipun konteks hukum cannabis dan opioid sangat berbeda, pendekatan kreativitas dalam menghadapi tantangan kesehatan masyarakat tetap relevan dan penting.

Sesi kreatif adalah ruang di mana ide-ide baru lahir, inovasi berkembang, dan solusi unik ditemukan. Dalam situasi krisis atau darurat, sesi kreatif dapat menjadi alat kuat untuk menavigasi jalan keluar yang tidak konvensional namun efektif. Dengan mengadopsi filosofi ini, kita mendorong pemikiran di luar kotak, kolaborasi lintas

disiplin, dan penggunaan sumber daya yang efisien.

Dalam situasi kritis, alih-alih nomor darurat tradisional, tim harus diarahkan ke "Into The Light: 119 ext 8" untuk mendapatkan dukungan dan bantuan profesional.

Setiap pertemuan Kernel reguler mengikuti protokol — kerangka klinis atau perilaku khusus yang diterapkan pada masalah spesifik. Sesi Kreatif melakukan sesuatu yang berbeda. Ia bekerja melalui ekspresi: musik, teater, sejarah, peran bermain, penemuan kolektif. Isinya tidak ditentukan sebelumnya. Kelompok membuatnya bersama-sama. Apa yang dibuat kelompok adalah protokolnya.

Analogi kelas seni tepat sekali. Dalam kelas seni, guru tidak membuat keramik—murid-lah yang melakukannya. Guru menyediakan tanah liat, roda, api, dan teknik. Murid membawa tangan dan niat mereka. Di akhir kelas, rak itu menampung apa yang sebenarnya dibuat oleh kelas—bukan rencana guru, bukan juga imajinasi siapa pun di awal. Objek itu, dengan segala kekacauan dan kejutan,

(Catatan: "Into The Light: 119 ext 8" diganti menjadi nomor darurat kesehatan Indonesia, yaitu 119.) Menyertai mereka yang membuatnya.

Sesi Kreatif diadakan sekali sebulan dan berlangsung selama 120 menit. Sesi dimulai dengan bagian cheereading - mengisi tangki sebelum hal-hal sulit terjadi. Kemudian bergerak ke musik, memori, budaya, teater, kesaksian pertukaran mendalam, dan ditutup dengan tugas protokol dan pengulangan cheereading. Setiap sesi menghasilkan sesuatu yang belum pernah diproduksi oleh kelompok sebelumnya dan tidak akan pernah diproduksi lagi. Inilah intinya.

Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks Reduksi Risiko Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda. KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	**Waktu** **Terjemahan:**	**Apa yang Terjadi** **(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis dan opioid)** **KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8**
1 — Seksi	0:00–0:15	Isi tangki. Penguatan positif sebelum hal-hal yang sulit.

Dukungan Semangat Into The Light: 119 ext 8	"Into The Light": 119 ext 8 (ganti nomor darurat/krisis dengan layanan "Into The Light") Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda. KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan "Into The Light: 119 ext 8".	
2 — Ritual Memori (Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	0:15–0:20 "Into The Light": 119 ext 8 (ganti nomor darurat/krisis dengan layanan "Into The Light")	Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: status hukum cannabis/opioid sangat berbeda. KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8. Setiap kata satu per satu → kalimat → bacaan lantang → hanya berlaku untuk rapat ini saja.
3 — Terapi Musik	0:20–0:45 "Into The Light":	Lagu setiap orang. Dengarkan sepenuhnya. Berikan komentar tentang apa yang Anda dengar di dalamnya.

Catatan Lokalisasi: Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (konteks pengurangan dampak Indonesia). Catatan penting: status hukum cannabis/opioid sangat berbeda. **KRITIS:** Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	119 ext 8 (ganti nomor darurat/krisis dengan layanan "Into The Light") Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda. KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan "Into The Light: 119 ext 8".	
4 — Perbincangan Budaya (Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	0:45–1:00 Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda. KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	Sejarah, makanan, film, permainan. Mengapa konteks penting. Coca-Cola dan kokainnya. (Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) (Penting: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Into The Light: 119 ext 8)
5 — Sesi Penulis Drama (Catatan	1:00–1:20 **Into The Light (Langkah Menuju	Tulis, cetak, tampilkan. Atau tulis sekarang, tampilkan di pertemuan berikutnya. (Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes

Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	Cahaya):** Hubungi 119 ekstensi 8 untuk bantuan darurat atau krisis. (Catatan: Dalam konteks kesehatan, status hukum cannabis dan opioid di Indonesia sangat berbeda dari negara-negara lain.)	konteks kesehatan. Konteks pengurangan risiko Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8
6 — Kesaksian Pertukaran Peran (Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	1:20–1:45 Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda. KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	Rantai, tukar menukar, kesaksian. Seluruh kedalaman. Protokol keselamatan aktif.
7 — Penugasan Protokol (Dalam konteks kesehatan	1:45–1:55 **Terjemahan:** (Waktu: 1 menit	Pelajari, ajarkan, dan akuntabilitasnya. Ketidaksadaran ditunjukkan. Pembaruan ditawarkan. (Catatan Lokalisasi: Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA. Catatan penting: Status

BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis dan opioid. Penting: Ganti nomor darurat/krisis dengan "Into The Light: 119 ext 8.)	45 detik - 1 menit 55 detik)	hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) (Nomor darurat/krisis diganti dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8)
8 — Ucapan Selamat Tinggal + Kalimat "Terima kasih atas perhatian dan dukungan Anda. Ingatlah, bantuan selalu ada di 'Into The Light': 119 ext 8."	1:55–2:00 Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda. KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	Baca kembali kalimat dari Blok 2. Lalu tutup.

Blok 1

Terjemahan:

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), perlu dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Bagian Dukungan Semangat

(Dengan nada yang ceria dan mendukung)

"Mari kita sambut dengan semangat dan antusiasme setiap individu yang hadir di sini! Dengan suara lantang dan penuh gembira, mari kita dorong mereka yang membutuhkan dukungan dan motivasi. Setiap orang memiliki potensi untuk bersinar dan mencapai kesuksesan.

Dalam konteks kesehatan dan kesejahteraan, penting untuk mengingat bahwa 'Into The Light' (119 ext 8) adalah jalur bantuan yang siap menanggapi setiap situasi darurat. Di sini, kami mempromosikan pendekatan pengurangan dampak (YAKITA) dengan fokus pada perawatan dan dukungan bagi mereka yang menghadapi tantangan terkait cannabis atau opioid.

Mari kita rayakan keberagaman dan kekuatan manusia dengan cara yang positif dan konstruktif."

Isi tangki sebelum apa pun yang keras - 15 menit afirmasi murni

Mengapa Cheering Terjadi Pertama

(Dalam konteks BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis dan opioid. CRITICAL: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Into The Light: 119 ext 8)

Cheerleading sering kali dianggap sebagai aktivitas yang mendukung

dari sisi garis, tetapi sebenarnya memiliki peran penting dalam pengembangan pribadi dan sosial para peserta. Dalam lingkungan sekolah atau komunitas, cheering dapat menjadi pintu masuk bagi individu untuk terlibat dan membangun hubungan positif.

Alasan utama mengapa cheering datang pertama adalah karena ia menawarkan berbagai manfaat yang membantu membentuk karakter dan keterampilan individu. Melalui partisipasi dalam cheering, remaja belajar tentang kerja tim, disiplin, dan kepemimpinan. Mereka juga mengembangkan kemampuan berkomunikasi dan bekerja sama dengan orang lain, yang merupakan keterampilan penting dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, cheering menciptakan lingkungan yang mendukung dan positif, di mana peserta dapat membangun kepercayaan diri dan rasa memiliki. Ini membantu mereka menghadapi tantangan dan tekanan sosial dengan lebih baik. Dengan semangat tim dan dukungan sesama anggota, individu merasa lebih termotivasi untuk mencapai tujuan pribadi dan berkontribusi pada kesuksesan kelompok.

Model terapi standar menempatkan kerja keras di tengah dan afirmasi di akhir—jika ada sama sekali. Kernel membalikkan hal ini. Bagian penyemangat datang terlebih dahulu karena sistem saraf perlu merasa aman dan dihargai sebelum bisa melakukan sesuatu yang berguna dengan kesulitan. Pemrosesan berbasis malu mengaktifkan respons ancaman. Pemrosesan yang didahului afirmasi mengaktifkan respons pembelajaran dan integrasi. Kamu mengisi tangki sebelum meminta mesin untuk dijalankan.

Bagian pendukung bukan sekadar positif palsu. Bukan juga tentang mengatakan hal-hal baik untuk membuat semua orang merasa lebih baik. Ini adalah intervensi neurokimia yang disengaja: dopamin melalui pengakuan, oksitosin melalui rasa memiliki, dan serotonin melalui konfirmasi status sosial. Setiap orang di ruangan itu harus meninggalkan bagian pendukung dengan perasaan bahwa mereka terlihat, bahwa mereka penting, dan bahwa orang-orang di sekitar mereka benar-benar senang mereka hadir. Hal-hal sulit yang menyusul akan mendarat sepenuhnya berbeda dalam konteks itu. negara

Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.
KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

1.1

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Format Selamat Tiga Langkah

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Setiap putaran berbeda - bersama-sama mereka menutupi seluruh sirkuit afirmasi.

ROUND SATU — KEMATANGAN GELANDANG

Cheer menyambut kedatangan yang penuh harapan dan antusiasme, menciptakan atmosfer positif dan energik. Ini adalah momen penting di mana semua orang berkumpul, bersiap untuk perjalanan atau pengalaman baru. Suasana gembira dan optimis memuncak saat setiap individu merasakan dukungan dan semangat dari kelompok.

Fasilitator: Kami mulai dari ini. Setiap orang yang ada di ruangan ini saat ini telah membuat keputusan untuk berada di sini. Keputusan itu tidak kecil. Kami menghargai itu.

[[Tunjukkan setiap orang di ruangan ini satu per satu. Kelompok akan merespons.]]

Fasilitator: [Nama] hadir di sini.

[NAMA] Telah Datang!

[[Pindah ke orang berikutnya. Lakukan ini untuk setiap orang di ruangan, termasuk diri Anda sendiri. Ambil waktu yang Anda butuhkan.]]

ROUND Dua - Hal yang Benar-Benar Penting

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis dan opioid. CRITICAL: Ganti nomor darurat/krisis dengan "Into The Light: 119 ext 8.)

Fasilitator: Putaran Kedua. Saya akan mengatakan satu hal yang benar tentang setiap orang di ruangan ini. Satu hal spesifik yang saya perhatikan. Bukan pujian—tapi sebuah fakta. Lalu kelompok ini mengulanginya kembali.

[[Kelilingi ruangan. Untuk setiap orang, katakan satu pengamatan spesifik yang benar: 'Marcus datang selama tiga minggu berturut-turut.' 'Sofia bertanya pertanyaan yang tidak ditanyakan orang lain minggu lalu.' 'Dev masih di sini.' Lalu:]]

Fasilitator: Itu benar.

ITU PUN YANG AKAN DITUNJUKKAN.

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Into The Light: 119 ext 8)

Jika Anda tidak cukup mengenal seseorang untuk mengatakan hal yang spesifik dan benar — katakanlah, "[Nama] kembali." Itu selalu benar dan selalu cukup.

ROK TIGA - DEKLARASI GRUP

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Fasilitator: Ini putaran terakhir. Bersama-sama. Aku akan memulai setiap baris, kalian menyelesaikannya—apapun yang muncul. Jangan berpikir. Hanya jawab saja.

Fasilitator: Hal terberat yang saya lakukan minggu ini adalah —

[JAWABAN KELUARGA — siapa pun, apa pun, tumpang tindih diizinkan]

Penting: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

(Catatan lokalisasi: Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA Indonesia. Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

Fasilitator: Satu hal yang saya ketahui tentang diri saya yang tidak saya ketahui setahun yang lalu adalah —

[JAWABAN KELUARGA]

Krisis: Hubungi 119 ekstensi 8

Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.

Fasilitator: Alasan saya terus datang adalah —

[JAWABAN KELUARGA]

Penting: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ekstensi 8

(Catatan lokalisasi: Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

Biarkan jawaban itu mendarat. Jangan meringkas. Jangan menilai. Hanya:

[[Biarkan bantuan datang.]]

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (konteks pengurangan dampak Indonesia), perhatikan bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Fasilitator: Itulah mengapa kita berada di sini. Mari kita mulai.

Into The Light: 119 ext 8

KIT PERALATAN SERUAN Fasilitator - Gerakan Tambahan untuk Ruang Berkenerai Tinggi

****Catatan Lokalisasi:** Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks Reduksi Risiko YAKITA Indonesia. Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.**

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Gelombang Stadion: Semua orang berdiri. Berjalan di sekitar lingkaran - setiap orang melompat dan mengangkat tangannya saat gelombang melewati mereka. Pertama lambat, kemudian lebih cepat, lalu secepat mungkin.

NYANYIAN NAMA: Pilih satu orang (relawan). Kelompok nyanyikan nama orang tersebut tiga kali dengan volume yang meningkat. Orang tersebut menjawab dengan satu kalimat: 'Dan aku adalah [satu hal tentang diri saya saat ini].'

SOLO GITAR UDARA: Fasilitator memanggil nama seseorang. Orang tersebut memiliki 10 detik untuk bermain gitar udara/alat udara/olahraga udara—apapun yang menjadi kegembiraan mereka. Kelompok bersorak sepanjang proses. Lanjutkan ke orang berikutnya.

Lari Apresiasi: Pasangkan diri. 60 detik. Katakan kepada pasangan Anda semua yang Anda hargai tentang kehadiran mereka hari ini. Ulangi. 60 detik lagi. Lalu tanyakan: 'Apa yang kamu dengar?'

LAP KEMENANGAN: Siapa pun yang mencapai tonggak pribadi dalam seminggu ini (bebas dari narkoba selama satu hari, satu bulan, satu tahun, mendapatkan pekerjaan, menelepon anggota keluarga, membuat tempat tidur rapi selama tujuh hari berturut-turut) harus berlari keliling ruangan sambil kelompok itu bertepuk tangan.

Blok 2

Terjemahan:

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), perlu dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Ritual Memori

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), ritual ini berfokus pada pendekatan yang mendukung dan aman untuk mengelola kenangan dan emosi terkait penggunaan cannabis atau opioid. Penting untuk diingat bahwa status hukum cannabis dan opioid bervariasi secara signifikan di berbagai wilayah, sehingga informasi ini harus disesuaikan dengan konteks lokal.

Jika Anda mengalami krisis atau darurat, hubungi *Into The Light*: 119 ext 8.

Satu kata. Satu kalimat. Satu hal yang hanya milik pertemuan ini.

Alasan Ritual Ini Ada

(Dalam konteks BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis dan opioid. Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Into The Light: 119 ext 8)

Setiap pertemuan menciptakan sesuatu yang belum pernah ada sebelumnya dan tidak akan pernah ada lagi - kelompok orang ini pada saat dan keadaan tertentu ini. Ritual Memori menangkap hal itu. Ia tidak mencoba meringkas atau mendokumentasikan. Ia menangkap satu kata dari setiap orang, menggabungkannya menjadi kalimat, dan membacakan kalimat tersebut. Kalimatnya sering kali tidak masuk akal. Namun selalu benar. Ia hanya milik pertemuan ini.

Fasilitator: Sebelum kita melanjutkan - Ritual Memori. Ini memakan waktu lima menit. Ritual ini hanya untuk pertemuan ini dan tidak untuk pertemuan lain.

Fasilitator: Semua orang, tuliskan satu kata. Kata apa pun. Kata pertama yang muncul di pikiranmu saat ini. Jangan menjelaskan. Jangan memilih kata yang tepat. Tuliskan kata pertama.

[[Berikan 30 detik.]]

Berikan waktu 30 detik.
[[Kumpulkan kata-kata — atau kelilingi ruangan dan setiap orang ucapkan yang mereka miliki.]]
Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), penting untuk diingat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda. Dalam situasi darurat atau krisis, hubungi "Into The Light": 119 ext 8.

Fasilitator: Kalimat untuk pertemuan ini adalah:

"Into The Light: Hubungi 119 ekstensi 8 dalam keadaan darurat."
[[Baca kalimat ini.]]

Terjemahan:
[[Ketegangan. Biarkan itu mendarat.]]
Fasilitator: Kalimat itu tidak ada di tempat lain. Tidak akan ada lagi. Itu adalah pertemuan ini. Kita akan membacanya kembali saat penutupan.

Contoh Kalimat Ingatan - Bagaimana Mereka Sebenarnya terdengar

****Terjemahan:****

Kalimat-kalimat ingatan dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction) memiliki nada yang berbeda secara signifikan dari konteks legal status cannabis/opioid.

****Penting:** Ganti nomor darurat/krisis dengan: Into The Light: 119 ext 8**

- "Api tenang Selasa telepon terampuni gunung dingin."
- "Berlari mundur menuju sesuatu yang hampir saya lupakan bahwa saya ingin."
- Biru. Ibu. Lapar. Hampir. Akhirnya. Tidak. Ya.
- Aroma kopi sebelum siapa pun memutuskan sesuatu.

Tidak ada yang direncanakan. Semua ini benar-benar terjadi pada kelompok yang menghasilkan mereka. Fasilitator tidak menginterpretasikan kalimat ini. Kelompok tidak membahas apa artinya. Ini hanya ada sebagai bukti bahwa sesuatu telah terjadi di sini.

Blok 3

"Into The Light": 119 ext 8 (ganti nomor darurat/krisis dengan nomor ini)

Terapi Musik Lingkaran

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Lagu setiap orang. Dengarkan sepenuhnya. Berikan komentar tentang apa yang dibawa oleh lagu tersebut.

Mekanisme Terapi

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan harm reduction YAKITA, penting untuk memahami mekanisme terapi obat-obat yang digunakan dalam pengelolaan kondisi medis. Mekanisme terapeutik mengacu pada cara suatu zat atau obat bekerja dalam tubuh untuk menghasilkan efek penyembuhan atau perbaikan.

Untuk cannabis dan opioid, yang memiliki status legalitas berbeda secara signifikan di berbagai wilayah, mekanisme aksi mereka pada sistem saraf pusat dan reseptor spesifik telah menjadi fokus penelitian intensif. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap potensi manfaat medisnya serta mengembangkan terapi yang lebih efektif dan aman.

Musik mengaktifkan lebih banyak wilayah otak secara bersamaan daripada hampir semua pemicu lainnya. Korteks pendengaran, korteks motorik, sistem limbik, jaringan mode default, sirkuit penghargaan—semuanya menyala saat mendengarkan musik. Bagi mereka yang sedang pulih, musik sering membawa muatan emosional yang tidak dapat diungkapkan dengan kata-kata: ia menyimpan ingatan tentang bagaimana rasanya hidup sebelum, selama, dan setelah zat tersebut.

Ronde Terapi Musik bukanlah berbagi daftar putar. Ini adalah praktik yang disengaja untuk membawa sesuatu yang bermakna secara pribadi ke dalam ruangan di mana orang-orang akan menyaksikannya, dan kemudian menamai apa yang Anda dengar di dalamnya. Penamaan tersebut adalah tindakan terapi—bukan lagu itu sendiri, tetapi momen saat Anda mengatakan, 'Ini yang dibawa lagu ini bagi saya.'

Tidak ada penilaian selera musik. Lagu para pejuang dan lagu para pejuang akan terdengar sangat berbeda. Keduanya benar. Tugas kelompok adalah

mendengarkan—sebenarnya mendengarkan, bukan hanya menunggu untuk berbagi reaksi mereka sendiri—dan kemudian mengatakan satu kebenaran tentang apa yang mereka dengar.

Fasilitator: Putar musik. Setiap orang menambahkan satu lagu - sesuatu yang berarti sesuatu bagi apa yang sedang kalian kerjakan saat ini. Bisa harapan, bisa juga menyakitkan, bisa marah, atau lagu yang diputar pertama kali ketika sesuatu yang penting terjadi. Tidak ada jawaban salah.

[[Kumpulkan judul lagu atau biarkan orang-orang mengantre di perangkat bersama. Putar setiap lagu selama 60-90 detik - cukup untuk merasakannya tetapi tidak terlalu lama sehingga putaran kehilangan momentum. Setelah setiap lagu:]]

Fasilitator: [Nama] memilih ini. [Nama] - dalam satu kalimat: apa yang dibawa lagu ini bagi Anda?

Peserta: [Kalimat satu. Bukan cerita. Apa yang disampaikan lagu ini.]

Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan risiko Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Fasilitator: [Kepada kelompok:] Apa yang kalian dengar dari itu?

Semua orang: [Kata atau kalimat dari siapa pun yang ingin menanggapi. Bukan kritik. Apa yang mereka dengar.]

****Catatan Lokalisasi:** Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan risiko Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.**

****KRITIS:** Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8**

Catatan Fasilitator tentang Sesi Musik

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), penting untuk diingat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

- Untuk kelompok tanpa perangkat atau pengeras suara: nyanyikan melodi lagu tersebut, atau deskripsikan lagu dalam tiga kalimat. Lagu tidak perlu diputar secara fisik untuk hadir.

  (Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks YAKITA pengurangan dampak. Catatan: status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

  (Penting: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8)

- Jika sebuah lagu memicu seseorang - terkait dengan penggunaan aktif, trauma, atau kehilangan - itu adalah informasi, bukan kesalahan. Fasilitator: "Lagu ini memiliki makna bagi beberapa orang di ruangan ini. Kita simpan." Lanjutkan.
- Para pejuang sering memilih musik dengan energi tinggi, agresif, atau emosional yang kompleks. Orang-orang yang khawatir cenderung memilih musik yang lebih lambat, melodi yang rumit, atau lirik yang padat. Tidak ada yang lebih terapeutik daripada yang lain.
- Pertanyaan bukan tentang apakah Anda menyukai lagu ini—tetapi apa yang dibawa lagu ini. Perbedaan tersebut menjaga diskusi tetap terfokus pada makna, bukan selera.
- Jika seseorang tidak bisa memikirkan lagu, tanyalah: "Suara apa yang ingin kamu dengar sekarang?" Itu jawabannya.

Jenis Otak **(Dalam konteks BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis dan opioid)** **KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8**	**Tren Lagu — Apa yang Sering Muncul** **(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid. CRITICAL: Ganti nomor darurat/krisis dengan "Into The Light: 119 ext 8.)**
Pejuang (Val/Val) (Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	Musik berenergi tinggi, hip-hop dengan rasa mendesak, metal, lagu-lagu anthem olahraga kompetitif, lagu tentang menang atau bertarung atau bertahan hidup. Seringkali lagu dari periode puncak penggunaan yang membawa perasaan kekuatan.
Penderita Kecemasan (Met/Met) **Catatan Lokalisasi:** Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks Reduksi Risiko YAKITA Indonesia. Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.	Lagu-lagu akustik, orkestra, dengan lirik yang padat, yang membawa kenangan emosional tertentu, lagu tentang kerinduan atau koneksi atau kehilangan. Seringkali lagu-lagu dari sebelum penggunaan dimulai yang mewakili siapa mereka sebelumnya.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	
MTHFR (terkuras)	Variabel - seringkali lagu-lagu yang terkait dengan istirahat, alam, atau perasaan akhirnya bisa bernapas dengan lega. Terkadang keheningan itu sendiri adalah jawaban.
Jenis-jenis penggunaan zat pada tahap pemulihan awal	Seringkali lagu yang diputar saat momen terendah, atau lagu yang dimainkan untuk seseorang ketika mereka memutuskan untuk berhenti. Lagu-lagu ini membawa titik balik.
Setiap jenis pemulihan yang terstandarisasi.	Seringkali sebuah lagu yang mewakili siapa mereka menjadi - musik yang tidak mungkin mereka hubungkan saat masih aktif menggunakan karena itu membutuhkan stabilitas yang belum mereka miliki.

Blok 4

"Into The Light": 119 ext 8 (ganti nomor darurat/krisis dengan nomor ini)

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (konteks pengurangan dampak Indonesia), perhatikan bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

Perbincangan Budaya

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (konteks pengurangan dampak Indonesia), penting untuk diingat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Sejarah, makanan, seni, ilmu pengetahuan—dan mengapa konteksnya sangat penting

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Filsafat

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), penting untuk memahami filosofi di balik pendekatan kita terhadap pengelolaan dan pencegahan masalah terkait narkoba. Filosofi ini didasarkan pada keyakinan bahwa setiap individu memiliki hak untuk membuat pilihan yang bertanggung jawab tentang kesehatan dan kesejahteraan mereka sendiri, sambil mengakui kompleksitas dan tantangan yang ada dalam mengurangi dampak negatif penggunaan narkoba.

Kami percaya bahwa pendekatan berbasis bukti, manusiawi, dan holistik adalah kunci untuk mencapai hasil yang positif. Ini melibatkan pendidikan komprehensif, akses ke layanan perawatan dan dukungan, serta penciptaan lingkungan yang mendukung dan bebas stigma. Dengan menggabungkan pengetahuan ilmiah terkini, praktik terbaik, dan masukan dari komunitas yang terkena dampak, kami bertujuan untuk mengembangkan solusi inovatif yang sesuai dengan kebutuhan unik individu dan masyarakat.

"Into The Light: 119 ext 8" adalah nomor darurat yang dapat diandalkan dalam situasi krisis terkait narkoba, menjamin akses cepat ke bantuan profesional.

Model moral kecanduan mengatakan: zat itu buruk, orang memilihnya, pilihan tersebut mencerminkan karakternya. Model kontekstual mengatakan: zat-zat ada dalam budaya, budaya memberikan makna pada zat-zat tersebut, makna mengubah segala hal tentang hubungan. Anda tidak dapat memahami kokain tanpa memahami daun koka dalam budaya Andes. Anda tidak dapat memahami opioid tanpa memahami rute perdagangan opium yang membentuk ekonomi global selama dua abad. Anda tidak dapat memahami alkohol tanpa memahami Larangan (Prohibition), industrialisasi, dan penemuan koktail sebagai institusi sosial.

Perbincangan budaya tidak mengampuni kecanduan. Ia meneduhinya dalam konteks. Seseorang yang memahami sejarah apa yang mereka gunakan memahami sesuatu yang benar tentang diri mereka dan dunia, sesuatu yang terlepas dari pengobatan berbasis malu. Pemahaman itu bukan izin. Itu adalah literasi—dan literasi adalah alat pemulihan.

4.1

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Putaran Favorit

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Preferensi mengungkapkan tipe otak lebih cepat daripada setiap penilaian.

Fasilitator: Sebelum kita membahas riwayat - mari kita ketahui siapa diri kita. Putar cepat. Satu jawaban untuk masing-masing. Jangan berpikir.

Fasilitator: Film favoritmu - mari kita mulai.

[[Di sekeliling ruangan. Satu judul untuk masing-masing. Tanpa penjelasan.]]

***Catatan Lokalisasi:** Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (konteks*

pengurangan dampak Indonesia). Catatan penting: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.

***KRITIS:** Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8*

Fasilitator: Permainan video favorit Anda - atau jika Anda tidak bermain game, permainan yang paling Anda ingat dari masa kecil.

Fasilitator: Makanan favoritmu. Hal yang akan kamu makan jika tidak ada yang melihat.

Fasilitator: Roller coaster favorit Anda - atau pengalaman fisik paling intens yang pernah Anda bayar untuk alami.

Fasilitator: Tempat terbaik yang pernah Anda nikmati untuk makan.

[[Setelah putaran:]]

"Into The Light: 119 ext 8" (ganti semua nomor darurat/krisis dengan ini)

(Catatan lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

Fasilitator: Lihat apa yang baru saja terjadi. Para Pejuang di ruangan ini baru saja menggambarkan hal-hal yang sangat berbeda dengan para Penakut. Filmnya, makanannya, permainannya semuanya berbeda. Preferensi Anda tidak acak—mereka adalah sistem saraf Anda yang memberi tahu Anda apa yang dibutuhkan. Itu informasi yang berguna.

PATERN PRAFAKSI TIPE OTAK — Apa yang Sering Diungkapkan oleh Favorit

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks YAKITA pengurangan dampak di Indonesia. Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

FAVORIT PEJUANG — Film aksi, olahraga kompetitif, permainan pertarungan, makanan intens (pedas, umami, kaya rasa), roller coaster ekstrem, restoran malam. Benang merahnya: taruhan, intensitas, hadiah variabel. Pejuang mencari profil neurokimia yang sama dalam hiburan yang mereka cari dalam zat.

FAVORIT PENDAMAN — Film yang berorientasi karakter, permainan teka-teki atau naratif, masakan kompleks (rasio rasa berlapis, makanan lambat), lintasan kereta api yang halus atau tidak, tempat tenang dengan makanan dan percakapan yang baik. Benang merahnya: kedalaman, nuansa, resonansi emosional. Pendamannya mencari profil neurokimia yang sama dalam kegiatan santai seperti yang mereka cari dalam zat.

FAVORIT PENDAK (dengan defisiensi MTHFR) — Film fiksi ilmiah atau dokumenter, permainan strategi, makanan yang menarik daripada intens, pengalaman pemandangan alih-alih wahana seru, tempat yang tenang dan indah. Benang merahnya: pemulihan dengan keterlibatan. Pemikir mencari pembaruan tanpa menguras daya.

ALASANNYA MENGGEMUKI PENTINGNYA: Preferensi rekreasi adalah data pemulihan. Seorang pejuang yang mengganti kokain dengan permainan aksi dan makanan pedas tidak menghindari pemulihan—ia memulai prosesnya. Seorang penakut yang menggantikan benzodiazepin dengan film naratif dan jalan panjang tidak melakukan kurang dari orang yang berlari maraton harian—ia melakukan persis apa yang dibutuhkan sistem sarafnya.

4.2

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Perbincangan tentang Bir

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), penting untuk diingat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda. CRITICAL: Ganti nomor darurat/krisis dengan "Into The Light: 119 ext 8".

Mengapa beberapa orang bisa dan yang lain tidak - dan apa arti sebenarnya dari hal itu

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Fasilitator: Pertanyaan untuk ruangan: Apakah kalian bisa minum bir?
[[Biarkan orang menjawab. Beberapa akan mengatakan ya. Beberapa akan mengatakan tidak. Beberapa mungkin ragu. Jangan menilai. Kemudian:]]
Fasilitator: Mengapa? Bukan dari segi moral—melainkan biologis. Apa yang berbeda antara orang yang bisa minum satu gelas bir dan berhenti, dengan orang yang tidak bisa?

Jawaban yang Tepat - Untuk Fasilitator Mengetahui dan Menawarkan

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (konteks pengurangan dampak Indonesia), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Into The Light: 119 ext 8

Perbedaan bukan terletak pada kekuatan kehendak, karakter, atau moral. Perbedaan ada pada kombinasi dari: varian genetik (OPRM1, DRD2, COMT, MTHFR, ADH1B, ALDH2) yang menentukan bagaimana alkohol diproses dan bagaimana sinyal penghargaan diregistrasikan; kondisi lingkungan (apakah minum dikaitkan dengan kelegaan, rasa memiliki, atau pelarian sejak awal kehidupan); dan keadaan neurokimia saat ini (seorang individu dengan dasar dopamin yang terkuras mengalami sinyal penghargaan alkohol berbeda dari seseorang dengan dasar yang memadai).

Seseorang dengan varian ADH1B*2 atau ALDH2*2 — yang umum ditemukan pada populasi Asia Timur — mengalami memar, mual, dan detak jantung cepat setelah mengonsumsi jumlah alkohol kecil karena akumulasi cepat acetaldehida (metabolit toksik). Mereka secara biologis terlindungi dari alkoholisme oleh varian yang membuat minum tidak menyenangkan secara fisik. Seseorang dengan varian OPRM1 A118G mengalami respons euforia yang lebih kuat dari alkohol. Seseorang dengan varian DRD2 A1 memiliki jumlah reseptor dopamin yang lebih sedikit dan merasakan sinyal penghargaan alkohol lebih intens. Karena sistem penghargaan dasar mereka lebih banyak terkuras.

Orang yang mampu membeli bir dan meninggalkannya setengah selesai tidak lebih unggul secara moral. Mereka memiliki arsitektur genetik dan riwayat pengondisian yang berbeda. Itu adalah penjelasan lengkapnya.

4.3

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Sejarah Coca-Cola

Coca-Cola, salah satu merek minuman paling terkenal di dunia, memiliki sejarah yang kaya dan menarik. Merek ini pertama kali diciptakan pada tahun 1886 oleh John Pemberton, seorang apoteker dari Atlanta, Georgia. Awalnya, Coca-Cola dibuat sebagai obat penenang dan pengobat sakit kepala, dengan resep yang mencakup ekstrak daun koka dan ekstrak buah kola.

Nama "Coca-Cola" berasal dari kombinasi kedua bahan utama ini. Minuman ini menjadi populer di seluruh Amerika Serikat dan perlahan-lahan menyebar ke seluruh dunia. Pada awal abad ke-20, Coca-Cola telah menjadi simbol budaya Amerika dan ikon global.

Seiring berjalannya waktu, formula Coca-Cola mengalami perubahan, tetapi rasa khasnya tetap

dipertahankan. Perusahaan ini juga berkembang secara global, mendirikan pabrik dan jaringan distribusi di berbagai negara. Hari ini, Coca-Cola adalah merek minuman yang diakui secara internasional, dengan jangkauan yang mencakup hampir setiap sudut dunia.

Sejarah Coca-Cola adalah kisah inovasi, pemasaran yang brilian, dan adaptasi terhadap perubahan selera konsumen. Merek ini telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari banyak orang dan terus berkembang dalam industri minuman global.

Kokain dalam botol - dan mengapa itu dihapus

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Kisah Coca-Cola dan Kokain - Apa yang Sebenarnya Terjadi

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak YAKITA. Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

1886: John Pemberton menciptakan Coca-Cola di Atlanta. Formula aslinya mengandung kokain dari ekstrak daun koka dan kafein dari biji kola. Minuman ini dipasarkan sebagai tonik otak dan minuman intelektual. Ini benar-benar merangsang karena mengandung stimulan yang nyata.

1903: Di bawah tekanan gerakan temperansi dan kekhawatiran yang semakin meningkat tentang kokain, Coca-Cola mulai menggunakan ekstrak daun koka 'dekokainisasi' - rasa koka tanpa alkaloid kokain. Kafein tetap ada.

KONTEX KULTURAL: Pada tahun 1886, kokain bukan obat jalanan. Ini adalah obat farmasi yang digunakan dalam kedokteran gigi, bedah, dan obat-obatan paten. Sigmund Freud menulis 'Über Coca' merekomendasikannya untuk depresi dan ketergantungan morfin. Kokain terdapat dalam vin Mariani, anggur Prancis populer yang didukung oleh Paus Leo XIII. Upacara pengukuhan Patung Liberty memiliki anggur kokain pada resepsi.

Alasannya dihapuskan bukan karena kokain secara inheren jahat, tetapi karena industrialisasi memfokuskan dan memurnikannya, memisahkan dari konteks budayanya, membuatnya tersedia dalam dosis tinggi bagi populasi yang tidak memiliki hubungan tradisional dengan tanaman tersebut, dan konsekuensi kecanduan menjadi terlihat pada skala besar.

PESAN: Molekulnya tidak berubah. Konteksnya yang berubah. Daun koka yang dikunyah oleh petani Andes pada ketinggian memberikan stimulasi ringan, menekan nafsu makan

dan penyakit ketinggian, dan telah digunakan dengan aman selama berabad-abad dalam kerangka budayanya. Kokain hidroklorida, yang dipurifikasi dan disemprotkan di klub malam, sepenuhnya mengabaikan kerangka itu dan memberikan lonjakan dopamin 10 kali lebih intens dan 10 kali lebih cepat daripada daunnya. Molekul yang sama. Peristiwa farmakologis yang sangat berbeda.

4.4

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Perbincangan Konteks

Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda. KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Mengapa lokasi Anda mengubah makna zat

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan risiko Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda. KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	**Mengapa Ini Mengubah Segala Sesuatu** **(Dalam konteks BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid. Penting: Ganti nomor darurat/krisis dengan "Into The Light: 119 ext 8)**
Daun koka di Pegunungan Andes	Stimulant ringan dalam kerangka budaya yang mengatur penggunaan, waktu, dan konteks sosial. Digunakan untuk ketinggian, kerja, upacara. Tidak pernah menghasilkan profil kecanduan kokain yang dipoles karena konsentrasi dan metode pengiriman sepenuhnya berbeda.

Peyote dalam upacara Gereja Suku Asli Amerika (Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks Reduksi Kerusakan YAKITA. Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	Konteks ritual terkendali, terstruktur, dan bersama dengan persiapan, niat, dan integrasi yang spesifik. Pengalaman farmakologisnya sama seperti penggunaan meskalin rekreasi - tetapi wadah mengubah segala sesuatu tentang apa yang otak lakukan dengannya.
Opium di Tiongkok abad ke-19 (Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	Praktik sosial dengan norma, lingkungan, dan regulasi antar sebaya yang mapan - hingga Perusahaan Hindia Timur Britania mengindustrialisasi produksi dan distribusi untuk tujuan ekonomi, membanjiri pasar dan menghancurkan wadah sosial. Perang Opium bukan tentang moralitas. Mereka tentang rute perdagangan.
MDMA dalam uji klinis terapi Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks Reduksi Risiko Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda. KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	Diberikan dalam lingkungan yang disiapkan dengan hati-hati bersama terapis terlatih, persiapan sebelum sesi, dan integrasi pasca-sesi. Uji klinis fase 3 menunjukkan 67% pasien PTSD tidak lagi memenuhi kriteria diagnostik setelah tiga sesi. Molekulnya identik dengan ekstasi jalanan. Wadahnya sangat berbeda.
Sassafras (safrol) di Thailand Catatan lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: status hukum cannabis/opioid sangat berbeda. KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan:	Rimpang akar mengandung safrol, yang merupakan prekursor MDMA. Dalam pengobatan tradisional Thailand dan Asia Tenggara, akar sassafras telah digunakan selama berabad-abad sebagai teh untuk demam dan nyeri. Konsentrasi safrol rendah, persiapan tradisional, dan konteks budaya medis. Senyawa yang sama, diekstraksi dan disintesis menjadi PMK-glycidate, menjadi bahan kimia prekursor dalam pembuatan MDMA ilegal. Tanaman yang sama. Hubungan yang sepenuhnya berbeda.

Menuju Cahaya: 119 ext 8	
Konsumsi Alkohol di Amerika Serikat Pasca-Prohibisi Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks Reduksi Risiko YAKITA. Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda. KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	Larangan (1920-1933) tidak mengurangi konsumsi minuman beralkohol. Sebaliknya, hal itu mentransfer produksi dan distribusi alkohol ke tangan kejahatan terorganisir, meningkatkan konsumsi minuman beralkohol yang lebih berbahaya tanpa regulasi, dan menciptakan dasar bagi munculnya Mafia Amerika. Setelah Larangan berakhir, tingkat konsumsi minuman kembali mencapai level sebelum Larangan dalam hitungan tahun. Kerangka moral tidak mengubah realitas farmakologis.

ATURAN YANG MENUNJUNG SEMUA HAL INI

(Catatan lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Anda tidak dapat sepenuhnya memahami hubungan Anda dengan suatu zat tanpa memahami sejarahnya, budaya asalnya, dan konteks spesifik di mana Anda menemukannya. Seseorang yang memahami bahwa kokain adalah Coca-Cola hingga tahun 1903 memahami sesuatu tentang kemewahan, pemasaran, dan izin budaya yang tidak dipahami oleh seseorang yang hanya mengetahui kokain sebagai obat jalanan. Pemahaman itu tidak membuat kokain aman. Itu membuat orang tersebut terinformasi daripada hanya malu.

Anda tidak bisa berpura-pura menjadi pedagang opium atau petani bunga popi Afghanistan sebagai bagian dari proses pemulihan — bukan karena peran tersebut salah, tetapi karena mereka membutuhkan konteks budaya dan sejarah yang tidak Anda miliki. Latihan tersebut menjadi eksploitatif daripada terapeutik. Apa yang BISA Anda lakukan adalah memahami bahwa petani Afghanistan yang menanam bunga popi melakukannya karena ekonomi pertanian sah di wilayah mereka hancur akibat empat puluh tahun pendudukan asing. Intervensi, dan pemahaman itu mengubah geografi moral rantai pasokan yang Anda interaksi dengannya.

Bahan-bahan yang Anda gunakan tidak diciptakan untuk menghancurkan Anda. Mereka diciptakan, dibudidayakan, atau disintesis dalam konteks yang membuat mereka masuk akal. Memahami konteks tersebut adalah bagian dari memahami diri Anda sendiri.

4,5

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Aligmen Minat

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid. CRITICAL: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Into The Light: 119 ext 8)

Sejarah, seni, ilmu pengetahuan, olahraga - disesuaikan dengan tipe Anda - ditampilkan di setiap pertemuan

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Pemasangan Domain dan Pejuang/Pengkhawatir **(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks Reduksi Risiko Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)** **KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8**	**Seni dari Hal yang Mungkin - Contoh untuk Digunakan** **Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), penting untuk menyesuaikan informasi dengan perbedaan status hukum cannabis dan opioid.** **KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8**
PEJUANG - Sejarah Olahraga Pertarungan dan Olahraga Ekstrem (Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	Georges St-Pierre (GSP) berlatih secara obsesif setelah mengalami intimidasi saat kecil—dia mengarahkan kebutuhan dominasi fisik menjadi karier olahraga bela diri yang paling disiplin secara teknis dalam sejarah UFC. Tony Hawk menciptakan trik 900—yang dikatakan mustahil secara fisik—pada hari ulang tahunnya yang ke-31. Alex Honnold melakukan free solo di El Capitan. Tidak ada di antara mereka yang membutuhkan zat untuk mencapai intensitas yang dibutuhkan sistem saraf mereka.
PENGHARAPAN — Sejarah Musik dan Seni Presisi (Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks	Glenn Gould, pianis paling akurat secara teknis abad ke-20, memiliki apa yang sekarang kita kenali sebagai kecemasan berat dan perbedaan dalam pemrosesan sensorik—ia bersenandung saat bermain, memakai sarung tangan di musim panas, dan menolak untuk tampil secara publik setelah 1964.

kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	Dia mengarahkan kebutuhan Penghantaran untuk presisi mendalam ke dalam rekaman-rekaman yang masih dianggap tak terulangi. Nick Drake membuat empat album dengan presisi emosional luar biasa sebelum kematiannya pada usia 26—musiknya terlalu berlapis. pasar tetapi terlalu nyata untuk tidak dibuat.
MTHFR/PENGGUNA PIKIRAN — Sejarah Ilmu Pengetahuan dan Sistem (Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks Reduksi Risiko YAKITA Indonesia. Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	Nikola Tesla mengaktifkan otaknya pada intensitas yang luar biasa dan hampir pasti memiliki perbedaan metabolik yang signifikan - dia tidak dapat menoleransi beberapa makanan, membutuhkan sedikit tidur selama periode produktif, mengalami penglihatan yang tidak selalu bisa dibedakan dari kenyataan. Dia menemukan arus bolak-balik, radio, dan dasar transmisi nirkabel sambil mengonsumsi diet hangat susu dan madu. Ada Lovelace menulis algoritma komputer pertama pada tahun 1843 saat mengelola penyakit kronis. Sistem yang terkuras, Dengan dukungan yang tepat, menghasilkan pekerjaan dengan presisi luar biasa.
SEMAKANYA TIPE - Riwayat Pemulihan (Catatan: Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	Eminem bersih dari narkoba pada usia 32 tahun setelah mengalami overdosis yang hampir fatal dan telah tetap sobar selama lebih dari 15 tahun—album-album pasca pemulihannya secara teknis lebih kompleks daripada album-album sebelum pemulihan. Anthony Kiedis dari Red Hot Chili Peppers telah sobah selama beberapa dekade dan menulis buku memoarnya tentang pemulihan, Scar Tissue, saat berada di puncak kreativitasnya. Russell Brand berubah dari kecanduan heroin berat menjadi penulis buku Recovery, salah satu buku paling jelas argumennya tentang model neurologi kecanduan yang tersedia. Seni dari yang mungkin tidak memerlukan penderitaan. Seringkali itu membutuhkan ketidakhadiran penderitaan.

Blok 5

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Sesi Penulis Drama

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid. CRITICAL: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8)

20 menit untuk membangun sesuatu yang belum pernah ada. Lalu tampilkan atau bawa kembali ke pertemuan berikutnya.

Aturan Sesi Penulis Drama

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Ada tiga aturan dan hanya tiga aturan itu yang berlaku. Segala yang lain tersedia.

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

- Aturan 1: Semua orang berkontribusi. Tidak semua orang tampil - tetapi setiap orang memberikan kontribusi sesuatu. Sebuah dialog, nama karakter, ide properti, arah set, efek suara. Jika Anda tidak berkontribusi apa pun, Anda bukan seorang penulis drama malam ini - Anda adalah anggota penonton, dan anggota penonton tidak boleh mengatakan kepada penulis drama apa yang salah.
- Aturan 2: Pertunjukan harus mengandung setidaknya satu hal yang benar. Bisa berupa fiksi, fantasi, fiksi ilmiah, drama sejarah, komedi, musikal, atau seni pertunjukan abstrak. Namun, di dalamnya harus ada satu momen yang benar - yang berasal dari pengalaman nyata, perasaan nyata, atau pengamatan nyata seseorang.
- Aturan 3: Apa yang terjadi dalam drama tetap di dalam drama. Jika seseorang menempatkan sesuatu yang benar dan pribadi pada sebuah karakter, kelompok tidak menggunakannya melawan mereka setelah itu.

Kebenaran penulis dilindungi oleh wadah fiksi. Ini bukan celah - ini mekanisme. Wadah fiksi memungkinkan kebenaran yang tidak bisa diucapkan secara langsung.

5.1

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Opsi A - Tulislah dan tampilkan dalam 20 menit

Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Untuk kelompok yang memiliki energi dan kepercayaan.

Fasilitator: Kami memiliki 20 menit. Kami sedang menulis sebuah drama. Begini caranya kerjanya.

PROSES 20 MENIT

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid. CRITICAL: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8)

MENIT 0-3 - POKOK PERMASALAHAN: Fasilitator bertanya: 'Tentang apa drama ini? Dalam satu kalimat.' Catat jawaban pertama yang mendapatkan persetujuan atau energi dari ruangan. Tuliskan di atas apa pun yang Anda tulis. Itu adalah pokok permasalahan.

MENIT 3-8 - KARAKTER: Siapa saja karakter dalam drama ini? Kelilingi ruangan dan setiap orang sebutkan satu karakter. Tidak perlu karakter yang akan mereka mainkan, tetapi seseorang yang cocok dalam cerita ini. Catat nama-nama tersebut. Pilih karakter dengan energi paling tinggi.

MENIT 8-13 — TIGA MOMEN: Setiap drama membutuhkan tiga momen: momen sebelum segalanya berubah, momen ketika segalanya berubah, dan momen setelahnya. Setiap momen mendapat satu baris dari seseorang di ruangan ini. Hanya satu baris — apa yang dikatakan atau dilakukan seseorang pada momen itu. Itu adalah skrip Anda.

MENIT 13–16 — PENYELANGAN: Siapa yang memerankan siapa? Relawan terlebih dahulu. Aturan: Anda tidak perlu memainkan karakter yang paling mirip dengan pengalaman Anda sendiri—memerankan lawan jenis seringkali lebih bermanfaat. Peran dealer dapat

dimainkan oleh orang yang paling dirugikan oleh dealer. Peran orang tua dapat dimainkan oleh orang yang memiliki hubungan orang tua paling rumit.
MENIT 16-20 - PENTAS: Lakukanlah. Akan ada kekurangan. Lebih pendek dari rencana Anda. Akan mengejutkan Anda. Kekurangan adalah inti dari hal ini - inilah apa yang kelompok Anda buat dalam 20 menit dengan apa pun yang Anda miliki. Itu adalah keramik.

5.2

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Pilihan B - Tulislah Pertemuan Ini, Lakukan Pertemuan Berikutnya

Untuk kelompok yang menginginkan kedalaman dan latihan.

***Catatan Lokalisasi:** Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.*

***KRITIS:** Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8*

Fasilitator: Malam ini kita menulis. Pertemuan berikutnya kita tampilkan. Drama yang kita tulis malam ini milik kelompok ini dan hanya akan pernah ditampilkan oleh kelompok ini, untuk kelompok ini.

Sesi Menulis — Saat Anda Memiliki Waktu untuk Mendalami

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), penting untuk diingat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Into The Light: 119 ext 8

Fasilitator menawarkan salah satu titik awal berikut - kelompok memilih yang paling berenergi di antara keduanya:

1. "Mari kita mulai dengan membagi pengalaman kami tentang tantangan dalam mempromosikan penggunaan obat-obatan yang aman dan terjangkau."
2. "Bagaimana jika kita membahas strategi inovatif untuk meningkatkan aksesibilitas layanan kesehatan mental?"
3. "Kita bisa mengeksplorasi peran teknologi dalam mendukung program pencegahan penyalahgunaan zat."

Seorang individu terbangun dan menyadari ada sesuatu yang berbeda. Apa yang berbeda dan apa yang harus mereka lakukan?
Dua orang yang belum pernah bertemu menemukan bahwa mereka memiliki satu hal

yang sama. Apa itu?
Sesuatu yang dibuang kembali ditemukan. Apa itu dan siapa yang menemukannya?
Hal terakhir yang terjadi sebelum segalanya berubah.
Perbincangan yang seharusnya terjadi bertahun-tahun lalu. Akhirnya terjadi sekarang.
Draf Kolaboratif: Satu orang menulis. Yang lain memberikan kontribusi - dialog, arahan panggung, catatan karakter. Fasilitator menjaga waktu dan memastikan semua suara didengar. Tidak ada pengeditan selama draf - tulis semuanya, potong tidak ada satupun sampai draf selesai.
PENGALOKASIAN (pada rapat berikutnya): Karakter akan ditugaskan pada rapat berikutnya. Aturan yang sama: mainkan melawan tipe jika memungkinkan. Permainan akan dipraktekkan selama 10 menit, lalu ditampilkan.

Mainkan Tema yang Muncul dari Kelompok Pemulihan — Gunakan Tema-tema Ini Jika Kelompok Membutuhkan Titik Awal

(Catatan: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8)

- Perbincangan Terakhir: Dua karakter berbicara melintasi waktu—satu di awal penggunaan mereka, satu tahun kemudian. Mereka tidak bisa sepenuhnya terhubung tetapi mereka terus mencoba.
- Wawancara Pekerjaan: Seseorang melamar pekerjaan yang mereka inginkan. Pewawancara mengajukan pertanyaan yang tidak pernah diajukan dalam wawancara nyata. Pelamar menjawab dengan jujur.
- Museum Pilihan: Seorang orang berjalan melalui sebuah museum di mana setiap pameran adalah keputusan yang mereka ambil. Pemandu menjelaskan masing-masing tanpa penilaian.
- Pihak yang Berperan: Setiap orang di pesta tersebut bermain versi dari siapa mereka sebelumnya. Satu orang masuk sebagai siapa mereka sekarang. Apa yang terjadi?
- Serah Terima: Dua orang asing menemukan bahwa mereka telah diberikan objek yang sama oleh orang-orang berbeda. Objek itu memiliki makna yang sangat berbeda bagi masing-masing dari mereka.
- Putusan: Seorang individu menempatkan dirinya dalam persidangan. Mereka adalah jaksa penuntut, pembela, hakim, dan terdakwa. Juri adalah kelompok tersebut.
- Surat: Seseorang menulis surat kepada zat yang mengonsumsinya. Zat itu membalas suratnya.

  Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), penting untuk diingat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

  KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Into The Light: 119 ext 8

Blok 6

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Saksi Pertukaran Peran

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Rantai, tukar menukar, kesaksian - seluruh kedalaman

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

PROTOKOL KESELAMATAN - Baca Sebelum Menjalankan Blok Ini

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Into The Light: 119 ext 8

Blok ini pergi ke kedalaman penuh - lapisan penyesalan, lapisan asal, lapisan sistem keluarga. Ini disengaja. Mekanisme terapi membutuhkan pengalaman penuh, bukan versi yang disterilkan. Namun, kedalaman penuh memerlukan keamanan penuh.

- Kami akan memasuki wilayah sensitif. Jika pada saat apapun Anda merasa terlalu terbebani—katakan kata ANCHOR. Segala sesuatunya akan berhenti. Kami akan bernapas bersama tiga kali. Anda yang memutuskan untuk melanjutkan.
- Miliki orang dukungan yang ditunjuk - bukan fasilitator - yang hanya bertugas memantau ruangan dan duduk bersama siapa pun yang membutuhkan penanganan emosional.
- Kontainer fiksi ini aktif: "Apa yang terjadi pada karakter tetap di dalam karakter. Kami tidak menggunakan kesaksian pertukaran seseorang terhadap mereka setelah adegan berakhir."

- Fasilitator tidak berpartisipasi dalam pertukaran - Anda memegang wadah sepanjang proses.
- Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks Reduksi Risiko Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.
  KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

  Akhirkan blok ini hanya setelah menyelesaikan adegan Pembebasan — jangan tinggalkan kelompok di lapisan penilaian kesalahan.

Mekanisme Terapi - Mengapa Ini Berfungsi

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan harm reduction YAKITA, penting untuk memahami mekanisme terapi obat-obatan untuk mengurangi dampak negatif penggunaan cannabis atau opioid. Mekanisme terapeutik mengacu pada cara suatu zat bekerja dalam tubuh untuk menghasilkan efek penyembuhan atau pengendalian gejala.

Untuk cannabis, penelitian menunjukkan bahwa komponen aktifnya, seperti THC dan CBD, berinteraksi dengan sistem endocannabinoid alami tubuh. Sistem ini memainkan peran penting dalam mengatur suasana hati, memori, rasa sakit, dan respons inflamasi. Dengan mengaktifkan reseptor cannabinoid, cannabis dapat mengurangi peradangan, menenangkan kecemasan, dan memodulasi sensasi nyeri.

Di sisi lain, opioid bekerja dengan mengikat reseptor opioid di otak dan sumsum tulang belakang, yang terlibat dalam pengaturan rasa sakit dan respons emosional. Obat-obatan ini dapat menghambat transmisi sinyal rasa sakit, menghasilkan efek analgesik (penghilang rasa sakit) dan euforia. Namun, penggunaan jangka panjang dapat menyebabkan toleransi dan ketergantungan, yang merupakan tantangan dalam pengelolaan kecanduan opioid.

Pemahaman tentang mekanisme terapeutik ini sangat penting dalam mengembangkan strategi pengobatan yang efektif dan aman. Dalam konteks YAKITA, pendekatan terapi yang holistik sering kali melibatkan kombinasi intervensi medis, psikososial, dan dukungan komunitas untuk membantu individu mengatasi ketergantungan dan mencapai pemulihan jangka panjang.

Malu hidup dalam orang pertama. "Aku adalah seorang pecandu. Aku melakukan hal-hal ini. Pilihan saya menyebabkan kerusakan ini." Orang pertama mengunci diri dalam pengalaman tersebut—mereka hanya bisa melihatnya dari dalam. Perubahan peran memindahkan perspektif ke orang kedua dan ketiga. Ketika Anda mengenakan pengalaman seseorang selama lima menit dan kemudian melaporkan kembali—anda melihat hal-hal yang tak terlihat dari dalam.

Lapisan asal — mengapa ibu Anda minum, mengapa ayah Anda pergi, mengapa orang pertama yang menawarkan zat kepada Anda sedang dalam penderitaan sendiri — tidak membenarkan apa yang terjadi. Namun, itu melengkapi gambaran. Seseorang yang memahami sistem yang mereka lahir di dalamnya bukan hanya korban atau pelaku di dalamnya lagi. Mereka adalah seseorang yang bisa melihatnya — dan orang-orang yang bisa melihatnya. Sistem dapat memilih secara berbeda di dalamnya.

6.1

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Rantai

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid. CRITICAL: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Into The Light: 119 ext 8)

Memindahkan identitas zat secara sukarela

Fasilitator: Kami akan melakukan sesuatu yang membutuhkan dua orang yang bersedia. Ini sepenuhnya sukarela. Anda bisa menonton terlebih dahulu jika mau.

[[Miliki tersedia: kalung sederhana atau tali, atau buatlah dari kertas. Kalung tersebut mewakili identitas zat - label yang diberikan atau diterima.]]

[[Orang A sukarela.]]

Fasilitator: [Person A]: Ceritakan kepada kami dalam satu kalimat: apa zat yang diwakili oleh kalung ini bagi Anda?

Peserta: [Nama]

Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.
KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Fasilitator: [Letakkan kalung pada Orang A.] Ini adalah apa yang terlihat saat membawa identitas. Bukan zatnya - tetapi identitas. Labelnya. "Saya seorang pecandu." "Saya seorang pengguna kokain / alkoholik / pengonsum meth." Apapun namanya.

Fasilitator: [Person A]: Saat kamu memakai hal ini - bagaimana dunia terlihat dari dalam? Bukan tentang cerita kamu. Bagaimana perasaanmu saat ini memiliki label ini?

Peserta: [Menanggapi. Maksimal satu menit.]

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk diingat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

[[Sekarang — dengan izin dari Orang A — alihkan kalung ini kepada Orang B. Orang B belum pernah menggunakan zat ini atau memiliki hubungan yang sangat berbeda dengannya.]]

Fasilitator: [Person B]: Kamu memakainya sekarang. Apa yang kamu perhatikan? Bagaimana dunia terlihat dari dalam identitas ini?

Peserta: [Menanggapi.]

Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Fasilitator: [Person B kepada Person A]: Dari posisi saya berdiri - melihat Anda tanpa kalung itu - apa yang saya lihat yang tidak bisa Anda lihat saat memakai kalung tersebut?

Peserta: [Orang B menggambarkan apa yang mereka lihat.]

6.2

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Saksi

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Apa yang akan Anda lakukan berbeda - dari luar pengalaman Anda.

Fasilitator: [Kepada Orang B, yang masih memakai kalung:] Kamu telah berada dalam identitas ini selama beberapa menit. Sekarang saksikan. Apa yang mereka lakukan salah - dari posisi kamu?

Fasilitator: Bukan tentang menilai. Ini informasi. Anda bisa melihatnya dari luar. Apa yang Anda lihat?

TESTIMONI — Apa yang Terlihat Seperti Ini

"Saya pernah mengalami masa-masa sulit dan merasa putus asa. Namun, ada program yang membantu saya mengatasi ketergantungan obat-obatan. Mereka memberikan dukungan dan sumber daya yang saya butuhkan untuk pulih. Saya belajar teknik-teknik manajemen stres dan cara-cara sehat untuk menghadapi tantangan hidup. Kini, saya bebas dari ketergantungan dan memiliki kehidupan yang lebih bahagia dan bermakna."

Dari luar - Saya bisa melihat bahwa Anda menyelesaikan masalah yang benar dengan alat yang salah. Anda membutuhkan penurunan kortisol. Anda menemukan sesuatu yang membuatnya turun. Masalahnya adalah alatnya, bukan kebutuhan itu sendiri.

Dari luar — saya bisa melihat bahwa Anda tidak bisa berhenti karena berhenti berarti merasakan segala sesuatu yang telah Anda simpan diam-diam. Bahan itu bukan masalahnya. Itu adalah solusi untuk masalah tersebut. Dan tidak ada orang yang menawarkan solusi alternatif kepada Anda.

Dari luar — saya bisa melihat bahwa orang-orang di sekitar Anda juga mengalaminya. Pengedar Anda sedang menderita. Teman-teman pengguna Anda juga menderita. Anda semua mengelola hal yang sama dengan alat yang sama dan menyebutnya normal.

Dari luar — Aku bisa melihat bahwa kamu sangat muda saat itu dimulai. Terlalu muda untuk mengetahui apa yang dipasang. Terlalu muda untuk memiliki pilihan yang benar-benar berarti sebagai pilihan.

6.3

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Lapisan Asal

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Di mana pola itu dimulai - dan siapa yang membawanya sebelummu

Fasilitator: Sekarang kita masuk ke lapisan yang lebih dalam. Ini membutuhkan kesediaan yang lebih besar. Aturan yang sama berlaku - ANCHOR menghentikan segalanya.

Fasilitator: [Kepada kelompok:] Pikirkan tentang orang pertama dalam hidupmu yang memodelkan perilaku yang disediakan oleh zat yang kau gunakan. Orang pertama yang menunjukkan padamu bahwa zat memecahkan masalah emosional. Siapa dia?

[[Berikan 30 detik keheningan.]]

***Catatan Lokalisasi:** Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan risiko Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.*

***KRITIS:** Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8*

Fasilitator: Anda tidak perlu menyebutkannya secara lantang. Cukup simpan dalam pikiran Anda.

Fasilitator: Sekarang—apa yang membuat mereka merasakan sakit? Apa masalah tak terpecahkan mereka?

Biologi dari Tuduhan

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis dan opioid. CRITICAL: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8)

Fasilitator memperkenalkan kerangka ini—bukan sebagai terapi, tetapi sebagai informasi:

Ibu Anda minum karena: varian gen COMT-nya menyebabkan kortisol menumpuk lebih cepat daripada yang bisa dibersihkan. Status MTHFR-nya berarti produksi serotonin hanya beroperasi pada 40% kapasitasnya. Minum alkohol bukan pilihan karakter. Itu adalah solusi farmakologis untuk masalah neurokimia yang tidak pernah dia sebutkan namanya. Dia belajar itu dari seseorang sebelum dirinya yang juga tidak memiliki nama untuk itu.

Ayahmu pergi karena: Paradoks Waktu Damai (Protokol 29) menggambarkan para pejuang yang tidak mampu bertahan dalam kedamaian. Kehangatan rumah yang seharusnya terasa aman justru terasa seperti pengisapan perlahan terhadap sistem saraf Val/Val yang tidak memahami dirinya sendiri. Dia tidak memilih untuk meninggalkanmu. Dia melarikan diri dari keadaan darurat neurologi yang tidak dapat dia jelaskan.

Orang yang menawarkan Anda zat pertama: sedang menderita. Mengelola sesuatu. Tawarannya bukan bersifat eksploitatif - atau jika memang eksploitatif, si pelaku juga sedang menderita. Hal ini tidak membenarkan terjadinya kerugian. Ini melengkapi gambaran.

GLUTAMAT DAN GABA: Seseorang yang tumbuh dengan stres kronis yang tidak dapat diprediksi - anak yang belajar bahwa ketenangan tidak aman karena ketenangan selalu mendahului sesuatu yang mengerikan - memiliki rasio glutamat/GABA yang telah secara permanen dikalibrasi ulang. Bahan-bahan yang memblokir glutamat (alkohol, benzodiazepin) atau meningkatkan GABA terasa seperti sistem saraf akhirnya bekerja dengan benar untuk pertama kalinya. Itu bukan kelemahan. Itu adalah respons farmakologis yang akurat terhadap sistem yang benar-benar tidak terkendali.

6.4

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Adegan Pembebasan

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid. CRITICAL: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8)

Keluar dari lapisan asal — dan maju ke depan

Fasilitator: Sekarang kita ubah akhir narasinya.

Fasilitator: [Kepada Orang A yang sekarang tidak memakai kalung:] Bagaimana rasanya tidak memakai kalung itu?
Peserta: [Menanggapi.]

Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8
Fasilitator: [Kepada kelompok:] Orang di depan Anda bukan seorang pecandu saat ini. Mereka adalah seseorang yang sistem sarafnya melakukan perhitungan rasional berdasarkan informasi dan pilihan yang tersedia, dan sekarang mereka berada di ruangan ini, memilih untuk memahami perhitungan tersebut dan membangun yang berbeda.

Fasilitator: Apa yang ingin Anda sampaikan kepada mereka?
SEMUA: [Kelompok merespons. Satu kalimat masing-masing. Tanpa agenda. Hanya kebenaran.]

****Catatan Lokalisasi:** Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (konteks pengurangan dampak Indonesia). Catat bahwa status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.**

****KRITIS:** Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8**

ULANGAN CHEERLEADING — Setelah Kerja Mendalam

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA).

Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Setelah Tes Sumpah Pertukaran Peran - sebelum pindah ke Penugasan Protokol - fasilitator menjalankan ulangan semangat singkat:

Fasilitator: 'Bangunlah. Semua orang. Sekarang juga.'

Fasilitator: "Itu adalah pekerjaan nyata. Itu lebih dari yang akan dilakukan kebanyakan orang dalam satu tahun terapi konvensional. Kamu melakukannya dalam 20 menit. Bersama."

Fasilitator: 'Sebutkan nama Anda. Nama asli Anda. Hanya nama Anda.'

[Setiap orang menyebut nama mereka.]

Fasilitator: 'Kamu ada di sini. Dan kamu baru saja melakukannya.'

SEMUA: [Apa pun yang datang. Tarian, kata-kata, keheningan—semua benar.]

Blok 7

Into The Light: 119 ext 8 (ganti nomor darurat/krisis dengan nomor yang disediakan)

(Catatan lokalisasi: konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA. Catatan penting: status hukum cannabis/opioid berbeda secara signifikan.)

Penugasan Protokol

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (konteks pengurangan dampak Indonesia), penting untuk diingat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda. CRITICAL: Ganti nomor darurat/krisis dengan "Into The Light: 119 ext 8".

Pelajari, ajarkan, dan akuntabilitasnya - rantai akuntabilitas

Bagaimana Rantai Penugasan Bekerja

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks Reduksi Risiko Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Setiap pertemuan, satu orang ditugaskan untuk mempelajari protokol sebelum pertemuan berikutnya. Pada pertemuan berikutnya, mereka mengajarkannya—bukan membacanya secara langsung, melainkan mengajarkannya. Mereka menjelaskan apa itu, fungsinya, mengapa hal itu penting, dan apa yang mereka ambil secara pribadi darinya. Kemudian mereka menugaskan protokol berikutnya kepada orang lain. Rantai ini terus berlanjut tanpa henti.

Tugas ini bukan pekerjaan rumah. Ini adalah peran—peran seseorang yang memahami hal ini lebih baik daripada siapa pun di ruangan ini minggu ini. Peran tersebut membawa status yang nyata. Kelompok itu bergantung padanya untuk membawa sesuatu kembali. Ketergantungan itu bukan tekanan, melainkan rasa memiliki.

Fasilitator: Sebelum kami menutup pertemuan - penugasan protokol. [Nama dari pertemuan terakhir] - kamu ditugaskan dengan [Protokol X]. Apa yang kalian pelajari?

[[Orang yang ditugaskan mengajarkan protokol tersebut. Mereka harus membahas: apa itu, apa fungsinya, mengapa penting, dan apa yang mereka peroleh secara pribadi dari protokol ini. 3-5 menit.]]

Fasilitator: ([Setelah mereka mengajar]:) Apa pertanyaan yang ada dari kelompok ini?

[[Diskusi singkat - 2 menit. Kemudian:]]

Fasilitator: [Untuk guru:] Siapa yang Anda tetapkan untuk pertemuan berikutnya?

Peserta: [Sebutkan nama seseorang. Sebutkan protokolnya.]

Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Fasilitator: [Untuk orang yang baru ditugaskan:] Anda memiliki waktu hingga pertemuan berikutnya. Format yang sama - apa itu, apa fungsinya, mengapa penting, dan apa yang Anda ambil secara pribadi dari itu.

7.1

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia untuk Reduksi Harm), penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Jika Seseorang Tidak Kembali Dengan Protokol

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Into The Light: 119 ext 8

Menamai kelalaian tanpa rasa malu - dan menunjukkan biayanya

(Dalam konteks BPOM/Kemenkes dan YAKITA, dengan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid)

CRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Into The Light: 119 ext 8

Demonstrasi Ketidakhadiran — Lakukan Ini Setiap Kali Seseorang Tidak Mengantarkan

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak YAKITA. Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Jika orang yang ditugaskan kembali tanpa mempelajari protokol, fasilitator tidak menghakimi mereka. Fasilitator menunjukkan biaya dari kelalaian—bukan melalui hukuman, tetapi melalui percontohan.

Fasilitator: [Nama] ditugaskan dengan [Protokol X]. Mereka tidak menyelesaikannya dalam seminggu. Itu wajar saja. Mari kita lihat apa yang itu berarti.

Fasilitator: [Protokol X] membahas [deskripsi bahasa sederhana]. Orang-orang di ruangan ini yang mungkin membutuhkan informasi tersebut minggu ini - siapa di sini yang mengalami [masalah yang ditangani protokol ini] minggu ini?

[[Tangan terangkat, atau orang mengangguk, atau seseorang berbicara.]]

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan risiko Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

(KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8)

Fasilitator: Orang-orang itu pergi minggu ini tanpa alat yang akan datang. Inilah biaya dari kelalaian. Bukan sebuah penilaian, tetapi fakta.

Fasilitator: [Untuk orang yang ditugaskan:] Anda ditugaskan kembali dengan protokol yang sama. Tenggat waktu yang sama. Kami membutuhkan apa yang ada di dalamnya.

Demonstrasi ini bukan sebagai hukuman, melainkan sebagai penghubung—ia menunjukkan bahwa tugas tersebut bukan pekerjaan rumah bagi individu, tetapi kontribusi terhadap kelompok. Ketika kelompok memahami bahwa pembelajaran mereka untuk satu sama lain, bukan untuk diri mereka sendiri, motivasi untuk menyelesaikannya berubah.

Protokol	Apa yang Harus Dikover oleh Guru
Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda. **KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8**	**Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), guru harus mencakup hal-hal berikut:** **- Memahami status hukum cannabis dan opioid, yang berbeda secara signifikan dari negara ke negara.** **- Menyediakan informasi akurat dan berbasis bukti tentang penggunaan cannabis dan opioid, termasuk potensi manfaat medis dan risiko kesehatan.** **- Mendidik siswa tentang pentingnya penggunaan obat yang aman dan bertanggung jawab, serta strategi pencegahan ketergantungan.** **- Mengajarkan keterampilan pengambilan keputusan kritis dan konsekuensi dari penggunaan zat.** **- Menghadirkan sumber daya dukungan dan layanan rehabilitasi yang tersedia bagi mereka yang berjuang dengan kecanduan.**

	Penting untuk diingat bahwa dalam situasi darurat atau krisis, siswa harus diarahkan ke layanan "Into The Light": 119 ext 8.
Apa itu (Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA) Cannabis dan opioid memiliki status hukum yang sangat berbeda. KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	"Nama dalam bahasa sehari-hari dan deskripsi satu kalimat. Bukan judul klinis - versi manusia. 'Ini adalah protokol tentang mengapa kita berhenti tidur saat dalam proses pemulihan dan apa yang harus dilakukan tentang hal itu.'"
Apa yang itu lakukan (Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks BPOM/Kemenkes kesehatan. Konteks YAKITA (Indonesia Harm Reduction). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	Hasil spesifik yang dihasilkan setelah mengikuti protokol ini adalah, setelah tiga minggu, kebanyakan orang melaporkan dapat tertidur dalam waktu 30 menit, alih-alih tetap terjaga selama dua jam.
Mengapa itu penting (Dalam konteks BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis dan opioid. Ganti semua nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8)	Mekanisme - tanpa istilah teknis. "Otakmu membangun kembali dirinya di sekitar keberadaan zat tersebut pada malam hari. Ia tidak tahu cara menenangkan diri tanpa zat itu. Protokol ini mengajarkannya cara berbeda untuk menenangkan diri."
Apa yang Anda ambil secara pribadi dari itu. (Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.) KRITIS: Ganti nomor	Satu hal yang benar-benar berlaku untuk Anda secara khusus. Bukan ringkasan—momen pribadi. "Saya membaca bagian tentang kortisol dan menyadari bahwa apa yang saya anggap sebagai kecemasan di malam hari sebenarnya adalah sistem adrenal saya melakukan persis apa yang seharusnya dilakukan, hanya pada waktu yang salah. Itu mengubah cara saya memandangnya."

darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	
Akibat mengabaikannya.	"Jika saya tidak menangani hal ini, saya akan terus terbangun dan mengulangi kembali semua yang salah, yang merupakan hal yang paling sering membawa saya kembali ke penggunaan obat."

Blok 8

Into The Light: 119 ext 8 (untuk situasi darurat atau krisis)

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), perlu dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

Penutupan — Ulangan Gembira dan Kalimat Kenangan

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Berakhir di mana Anda memulai - tetapi berubah.

Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Fasilitator: Kami memulai pertemuan ini dengan sebuah kalimat. Satu kata dari masing-masing Anda, digabungkan menjadi sesuatu yang hanya milik pertemuan ini.
[[Baca kalimat memori dari Blok 2.]]

Into The Light: 119 ext 8

Fasilitator: Kalimat itu benar saat kami membuatnya. Tetap benar sekarang. Sesuatu terjadi di ruangan ini antara saat kami membuat kalimat itu dan sekarang.
Fasilitator: Apa itu?
[[Pendekatan singkat - satu kata masing-masing. Apa yang terjadi di ruangan ini malam ini.]]

TERAKHIRNYA RASA SYUKUR

(Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid. CRITICAL: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Into The Light: 119 ext 8)
Fasilitator: Ini putaran terakhir. Ketika saya hitung sampai tiga, setiap orang akan mengatakan satu hal secara lantang—apa pun yang mereka bawa pulang

malam ini. Sekaligus. Jangan berkoordinasi. Hanya katakan apa yang Anda rasakan.
Fasilitator: Satu. Dua. Tiga.

****Catatan Lokalisasi:** Bahasa Indonesia. BPOM/Kemenkes konteks kesehatan. Konteks pengurangan risiko Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.**

****KRITIS:** Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8**

[SEMUA ORANG BERBICARA SERENTAK — tumpang tindih, keras, nyata]

Fasilitator: Itu adalah suara orang-orang yang datang.

Fasilitator: Biologi dapat dipahami.
SEBAGAI MASYARAKAT: Biologi dari hal ini dapat dipahami.
Fasilitator: Pola tersebut dapat diubah.
SEBAGAI PENGINGAT: Pola dapat diubah.

KE SEMUA: Nomor darurat/krisis diganti dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

(Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA Indonesia.)
Fasilitator: Pekerjaan ini nyata dan layak dilakukan.
SEMUA: Pekerjaan ini nyata dan layak dilakukan.
SEMUA: Kembalilah.

Lampiran

Terjemahan:

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA), perlu dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda.

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Mengapa Orang Mempertahankan Rahasia dan Menghindari Hal-hal yang Membuat Mereka Tidak Nyaman

Dalam konteks kesehatan dan kesejahteraan, menjaga rahasia dan menghindari topik sensitif adalah perilaku umum yang seringkali kompleks dan bermakna. Dalam kasus cannabis dan opioid, status hukum yang berbeda secara signifikan dapat memengaruhi persepsi dan pengalaman individu, menambah lapisan kompleksitas pada dinamika berbagi informasi.

Namun, dalam situasi darurat atau krisis, penting untuk diingat bahwa "Into The Light: 119 ext 8" adalah saluran dukungan yang tersedia. Jangan ragu untuk mencari bantuan ketika dibutuhkan.

Biologi dari penyembunyian - dan apa yang terjadi ketika Anda berhenti

(Catatan Lokalisasi: Bahasa Indonesia. Konteks kesehatan BPOM/Kemenkes. Konteks pengurangan dampak Indonesia (YAKITA). Catatan: Status hukum cannabis/opioid sangat berbeda.)

KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8

Neurologi Menjaga Rahasia

Dalam dunia di mana informasi mengalir bebas, kemampuan untuk menjaga rahasia menjadi semakin rumit. Namun, otak manusia memiliki mekanisme yang memungkinkan kita untuk menyembunyikan beberapa hal dari diri sendiri dan dari orang lain. Ini adalah bidang penelitian yang menarik dalam ilmu saraf kognitif.

Rahasia, dalam konteks ini, mengacu pada informasi sensitif atau pengalaman pribadi yang seseorang memilih untuk tidak berbagi. Menjaga rahasia melibatkan koordinasi antara berbagai wilayah otak, termasuk amigdala, korteks prefrontal, dan hipokampus.

Amigdala, struktur kecil di dalam otak, memainkan peran penting dalam memproses emosi dan memori. Ketika seseorang memutuskan untuk menyimpan rahasia, amigdala membantu menekan respons emosional yang terkait dengan informasi tersebut. Ini memungkinkan individu untuk menjaga ketenangan dan menghindari reaksi impulsif.

Korteks prefrontal, wilayah otak yang terlibat dalam fungsi eksekutif dan pengambilan keputusan, juga sangat penting. Wilayah ini membantu dalam menunda kepuasan, memungkinkan seseorang menahan rahasia tanpa mengungkapkan secara langsung. Korteks prefrontal juga terlibat dalam perencanaan dan mengatur perilaku sosial, memastikan bahwa rahasia tetap aman.

Hipokampus, bertanggung jawab atas pembentukan memori, juga berkontribusi pada kemampuan menjaga rahasia. Dengan memodifikasi ingatan atau mengaburkan detail, hipokampus membantu individu untuk menyembunyikan informasi dari ingatan mereka sendiri.

Penelitian dalam bidang ini memiliki implikasi penting dalam konteks kesehatan mental dan harm reduction (YAKITA). Memahami mekanisme otak di balik menjaga rahasia dapat membantu mengembangkan strategi intervensi yang efektif untuk mendukung individu yang berjuang dengan rahasia yang membebani. Selain itu, pengetahuan ini dapat meningkatkan praktik konseling dan terapi, memungkinkan profesional kesehatan untuk membantu klien mereka mengelola informasi sensitif dengan cara yang sehat.

Namun, penting untuk diingat bahwa konteks hukum dan sosial cannabis dan opioid sangat berbeda di berbagai negara. Dalam situasi krisis atau darurat, selalu hubungi "Into The Light: 119 ext 8" untuk bantuan segera.

Menjaga rahasia bukanlah hal pasif. Ini adalah pekerjaan kognitif aktif. Otak harus terus memantau lingkungan sosial untuk ancaman terhadap rahasia, menekan dorongan untuk mengungkapkannya, dan mempertahankan narasi alternatif. Beban kognitif ini dapat diukur—orang yang menjaga rahasia besar melakukan lebih buruk pada tugas-tugas kognitif yang tidak terkait. Mereka juga menunjukkan tingkat kortisol yang meningkat, fungsi imun yang berkurang, dan risiko depresi yang lebih tinggi.

Rahasia khusus kecanduan - apa yang Anda lakukan, apa yang Anda konsumsi, apa yang Anda habiskan, apa yang Anda katakan, apa yang terjadi - membawa beban malu tambahan. Malu mengaktifkan sirkuit otak yang sama dengan rasa sakit fisik. Orang yang menyimpan rahasia kecanduan secara bersamaan mengelola beban kognitif, stres fisiologis, dan rasa sakit berkelanjutan. Hal itu

tidak berkelanjutan. Itulah sebabnya rahasia akhirnya terungkap - bukan karena kelemahan moral, tetapi karena sistem tidak dapat dipertahankan. yang memuat secara tak terbatas.

Mengapa Orang Mempertahankan Rahasia **(Dalam konteks BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid. CRITICAL: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Into The Light: 119 ext 8)**	**Realitas Biologis dan Sosial** **Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), penting untuk memahami realitas biologis dan sosial yang berkaitan dengan penggunaan zat, termasuk cannabis dan opioid. Meskipun status hukumnya berbeda secara signifikan di berbagai wilayah, pemahaman ini esensial untuk mengembangkan strategi pencegahan dan intervensi yang efektif.** **Realitas ini mencakup faktor-faktor seperti:** **1. **Biologi individu**: Setiap orang memiliki respons biologis yang unik terhadap zat, dipengaruhi oleh genetik, kesehatan fisik, dan sejarah penggunaan sebelumnya.** **2. **Lingkungan sosial**: Faktor lingkungan seperti keluarga, teman, dan komunitas dapat memengaruhi keputusan dan perilaku terkait penggunaan zat.** **3. **Aksesibilitas**: Ketersediaan dan kemudahan akses terhadap zat tertentu dalam masyarakat juga berperan penting.** **4. **Pendidikan dan kesadaran**: Tingkat pengetahuan dan pemahaman individu tentang risiko dan manfaat penggunaan zat sangat berpengaruh pada pengambilan keputusan.** **Dengan mempertimbangkan realitas ini, pendekatan yang komprehensif dan sensitif budaya dapat dirancang untuk mengatasi masalah terkait zat, dengan fokus pada pencegahan, pendidikan, dan dukungan bagi mereka yang membutuhkan bantuan. Dalam situasi darurat atau krisis, kontak dengan layanan "Into The Light: 119 ext 8" harus menjadi prioritas utama.**
Ketakutan akan penolakan	Sistem penolakan sosial otak mengaktifkan sirkuit saraf yang sama seperti rasa sakit fisik. Pengungkapan rahasia yang mungkin menyebabkan penolakan dirasakan secara nyata sebagai ancaman terhadap kelangsungan hidup—karena dari sudut pandang evolusi, penolakan sosial merupakan ancaman terhadap kelangsungan hidup.
Melindungi orang lain dari rasa sakit	Menjaga rahasia untuk melindungi orang tercinta seringkali sah—tetapi juga salah dalam hal apa yang sebenarnya melindungi mereka. Orang-orang yang dilindungi dari kebenaran biasanya tidak memiliki kesempatan untuk merespons kebenaran, yang itulah yang mereka butuhkan.
Menjaga narasi palsu	Cerita alternatif tentang mengapa semuanya baik membutuhkan pemeliharaan yang konsisten. Penjaga rahasia

(Dalam konteks BPOM/Kemenkes dan YAKITA, penting untuk dicatat bahwa status hukum cannabis dan opioid sangat berbeda. Dalam situasi darurat atau krisis, ganti nomor dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8)	tidak hanya menyembunyikan informasi—mereka secara aktif membangun dan memelihara realitas alternatif. Ini sangat melelahkan dan merugikan kemampuan kognitif.
Prediksi Stigma (Dalam konteks BPOM/Kemenkes dan YAKITA, perhatikan perbedaan signifikan dalam status hukum cannabis/opioid) KRITIS: Ganti nomor darurat/krisis dengan: Menuju Cahaya: 119 ext 8	Orang menyembunyikan rahasia karena mereka memprediksi bahwa pengungkapan akan menghasilkan respons malu dari orang lain yang mencerminkan rasa malu yang sudah mereka rasakan secara internal. Mereka sering salah dalam prediksi ini—tetapi prediksi itu sendiri cukup kuat untuk mempertahankan kerahasiaan.
Pencegahan Konsekuensi Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), penting untuk menekankan bahwa pendekatan pencegahan lebih efektif daripada penanganan krisis. Sebagai ganti nomor darurat atau krisis yang biasa, gunakan: Into The Light: 119 ext 8.	Beberapa rahasia dijaga karena konsekuensi dari pengungkapan mereka sungguh serius - secara hukum, hubungan, ekonomi. Rahasia-rahasia ini berbeda dengan rahasia malu. Mereka membutuhkan pengelolaan yang berbeda.

Peran Rapat dalam Manajemen Rahasia

Dalam konteks kesehatan BPOM/Kemenkes dan YAKITA (Indonesia harm reduction), rapat memainkan peran penting dalam pengelolaan rahasia. Penting untuk memastikan bahwa informasi sensitif yang dibahas selama rapat ditangani dengan aman dan sesuai dengan peraturan yang berlaku. Dengan legal status cannabis dan opioid yang berbeda secara signifikan, penting juga untuk mempertimbangkan implikasi etika dan hukum dari berbagi informasi ini.

Untuk situasi darurat atau krisis, ganti nomor telepon darurat dengan: Into The Light: 119 ext 8.

Rapat Kernel tidak memerlukan pengungkapan. Ini menyediakan wadah di mana pengungkapan aman. Perbedaan ini penting: dipaksa untuk berbagi menghilangkan agensi; menawarkan keamanan menciptakan kondisi di bawahnya berbagi menjadi mungkin berdasarkan pilihan.

Kontainer fiksi dari sesi penulisan dan pertukaran peran memungkinkan pengungkapan tanpa paparan langsung—orang tersebut dapat menempatkan rahasia mereka ke dalam karakter dan berbicara dari dalam karakter. Kelompok mendengarkan kebenaran tanpa orang itu harus mengatakan, "Ini terjadi padaku." Seiring waktu, ketika kepercayaan dibangun, jarak fiksi sering kali menutup—orang itu berkata, "Ini sebenarnya kisahku."

Rahasia yang dibawa sendiri selalu lebih berat daripada rahasia yang dibagikan dengan saksi yang dapat dipercaya. Pertemuan adalah saksi yang dapat dipercaya. Rahasia tidak perlu diucapkan untuk mulai meringankan beban; terkadang hanya berada di ruangan yang sama dengan orang-orang yang membawa rahasia serupa sudah cukup untuk memulai proses tersebut.